



Қожа Ахмет Ясауи атындағы Халықаралық қазақ-түрік
университеті
«Түркістан Ахмет Ясауи» кәсіби колледжі
«Гуманитарлық пәндер» бөлімшесі

Ф-ТБ-009/086

БЕКІТЕМІН

Директордың тәрбие жұмысы
жөніндегі орынбасары:

Ш.Надирбаев

«27» 09 2025ж.

2025 – 2026 ОҚУ ЖЫЛЫНА АРНАЛҒАН

ҮЙІРМЕ БАҒДАРЛАМАСЫ

Пәні: Волейбол

Мамандығы: 01140500- «Дене тәрбиесі және спорт»

Біліктілігі: 4S01140503 «Спорт жаттықтырушысы-оқытушы»

Түркістан 2025

Мазмұны

I. Түсініктеме	бет
II. Жоспарланған қорытындылар	бет
III. Үйірменің құрылымы	бет
IV. Үйірме жұмысын жүргізудің негізгі түрлері	бет
V. Үйірменің тақырыптық жоспары	бет
VI. Үйірме мүшелерінің тізімі	бет
VII. Қорытынды	бет

Сабақта пәнді оқу бағдарламасынан да көбірек білгісі келетін оқушылар анықталады. Үйірмеге оқушылар ерікті түрде қатысады. Үйірмеге қатарлас топ оқушыларын да, әр жастағы оқушыларды да қабылдауға болады. Үйірмеге басшылық ететін пән оқытушысы. Үйірмеде оқушылар курстың қызықты тақырыптарын тереңдетіп оқып, атақты ғалым, жазушылардың басқа да қайраткерлердің өмірі және қызметімен, ғылым және техниканың жаңа жетістіктерімен танысып, ғалымдардың мерейтойларына, ғылыми жаңалықтарға арналған кештер өткізеді, тәжірибе жұмыстарын жүргізеді, зерттеушілермен кездесулер ұйымдастырады.

Үйірме жұмысының негізінде ғылыми қоғамдар ұйымдастырылады, олар үйірмелердің жұмыстарын үйлестіріп, көпшілікке арналған іс-шаралар, байқаулар өткізеді.

I.Түсініктеме

Оқушылар Волейбол ойынының техникасына, тактикасына, терминология мәселесіне, баскетболшылардың ойын әрекетінің тәсілдерін жүйелей білуге, дене тәрбиесі мен сауықтырудың барлық жүйесіндегі волейболдан сабақ беру әдісін, сонымен қатар, жалпы дамытушылық және арнайы жаттығуларды, ойын техникасы мен тактикасы бойынша жаттығуларға, сабақтың кейбір бөлімдеріне, сабақтың өтуіне үлкен мән беруі керек. Волейбол бойынша оқу тәртібінде сабақты жүргізе білу, ұйымдастыра білу дағдыларын игеру керек. Балалардың жас ерекшелігін ескеріп, сабақтан тыс уақытта секциялық жұмыстар ұйымдастырылады. Дене тәрбиесінің оқытушысы ретінде еңбекке дайын болу керек.

1.Үйірме жұмысының мақсаты:

Дене мәдениеті және спорт бойынша әр түрлі құрылымдық мекемелерге оқушыларды Волейболдан кәсіби-педагогикалық, жаттықтырушылық және ұйымдастыру жұмыстарына дайындау

2. Үйірме жұмыстарының міндеттері.

Оқу барысында волейбол саласындағы болашақ маманға мынадай біліктіліктер мен дағдыларды меңгеру қажет:

- Волейболшыларды дайындаудағы спорттық машықтанудың ілімдік, әдістемелік және тәжірибелік негіздерін білу.
- Дене жүктемелеріне бейімделу және жекелей ерекшеліктерін ескере отырып, әр түрлі жас топтарындағы волейболшылардың спорттық дайындықтарын басқару әдістемелерін және құралдарын меңгеру.
- Жарыс ережесін білу, төрешілік ету дағдыларын игеру.
- Волейбол ойынының техника-тактикалық тәсілдерін игеру және төрешілік шеберлігіне жету.
- Әр түрлі спорттық дәрежедегі спортшылар үшін машықтану процесін құру, үйрету әдістемесін игеру.
- Команданы басқару, ғылыми-зерттеу жұмыстарына байланысты және спорттық дайындық деңгейін бақылауға байланысты дағдыларды игеру.

II. Жоспарланған қорытындылар:

-Жаттығу процесіне күннен-күнге әртүрлі техникалық амалдар кеңінен еңгізіліп жатыр, үйренуді шыңдау

- Волейболдағы қимыл-қозғалыстарды еш қиындықсыз пайдалануды үйренуді дамыту

-Берілген жаттығуларды нәтижелі, тиянақты жауапкершілікпен орындау

- Волейболшының психологиялық ой-өрісін кеңейту

- Жаңа техникаларды қолданып волейбол ойынын үйрену

III. Үйірменің құрлымы:

Аланды айнала саппен жүру.

А) әр адымға қолды жоғары көтере керіле жүру

ә) қолды қайшылай жүру

б) қолды иық буыннан алға, артқа сермей жүру

Жеңіл жүгіру

а) әр адымға секіре жүгіру

ә) артпен шегіншектей жүгіру

б) қақпаға жылдамдықты арттыра жүгіру

в) қолды желкеге қойып, оң- сол бүйірмен жүгіру

Шабуыл жасаудағы және қорғаныстағы жеке және топтық тактикалық әрекеттер

Саппен жүріп келе жатып ауыр допты алдымызда, екі қатарлы саппен келіп жалпы дамыту жаттығуын орындау

1-жаттығу:

Бастапқы қалып: аяқ, иық деңгейінде, қол жанда, оң аяқта доп

1-2 допты алға әкеліп, сол аяққа беру

3-4 сол аяқтан оңға беру

2-жаттығу:

Бастапқы қалып: негізгі тұрыс, допты дұрыс ұстап тұру

1-2 допты оң жақтан артпен айналдыра сол аяққа беру

3-4 бастапқы қалып. Допты сол жақтан артпен айналдыра оң аяққа беру

3-жаттығуы:

Бастапқы қалып. Негізгі тұрыс, допты төмен ұстап тұру

1-2 сол аяқты алға қойып, допты оң аяқтың сыртымен тебу

3-4 бастапқы қалып

1-2 сол аяқты алға қойып, допты аяқтың ішімен тебу

3-4 бастапқы қалып

4-жаттығу:

Бастапқы қалып. Аяқ иық деңгейінде, допты дұрыс алып қабылдау.

А) 1- допты жоғары қабылдау

2- допты төменнен қабылдау

ә) 1-допты жоғарыдан қабылдау

2- допты қабылдау тәсілдерін үйрену

б) 1- допты жоғары беру тәсілі

2- колды артқа, алға допты алып жүру және пас беру

5-жаттығу:

Бастапқы қалып. Аяқ, иық деңгейінде, допты дұрыс ұстай алу

1-оң аяқпен допты жоғарыдан пас беру

2-денемен допты тосып алу

3-қабылдау допты жоғарыдан пас беру

4- секіріп соққылау

Екі адым бір-біріне карама-қарсы тұру.

6-жаттығу:

Бастапқы қалып. Аяқ,иық деңгейінде алға еңкейіп тұру

1-денені жазып барып, допты тебу

2-алға қарай иіліп допты тосып алу

7-жаттығу:

Бір-біріне қарап тұрып, бірде оң қолмен, бірде сол қолмен беру

8-жаттығу:

Бастапқы қалып. Аяқ, иық деңгейінде, допты дұрыс ұстай білу

1-допты алдынан құлап бара жатып қабылдау

2-күшті шабуылдаушы соққы

9-жаттығу:

Допты жерге қойып, доптың үстінен оңға, солға секіру

Жаттығуды мұғалімнің белгісі бойынша орындау (шапалақтау)

10-жаттығу:

Бастапқы қалып. Артқа пас бергеннен кейін шабуылдау

1-допты тордан лақтыру, допты лақтыру

2-баяу шабуылдаушы соққы

IV.Үйірменің тақырыптық жоспары

Айы	Сабақтың №	Тақырыбы	Жауапты
Қыркүйек		Ойын техникасы	Каумбаев Суннатулла
	1	Негізгі жағдайлар	Каумбаев Суннатулла
	2	Ойын техникасының жіктелуі (топтастырылуы)	Каумбаев Суннатулла
		Қозғалыс техникасы.	Каумбаев Суннатулла
	3	Жүру	Каумбаев Суннатулла
	4	Жүгіру	Каумбаев Суннатулла
	5	Секірулер	Каумбаев Суннатулла
Қазан	6	Токтаулар	Каумбаев Суннатулла
	7	Бұрылыстар	Каумбаев Суннатулла
		Допты меңгеру техникасы	Каумбаев Суннатулла
	8	Допты қабылдау	Каумбаев Суннатулла
	9	Допты беру	Каумбаев Суннатулла
	10	Допты қабылдап пас беру	Каумбаев Суннатулла
Қараша	11	Секіріп соққылау	Каумбаев Суннатулла
	12	Қабырганың жанынан соққы	Каумбаев Суннатулла
		Қорғау техникасы	Каумбаев Суннатулла
	13	Тосқауыл қою техникасы	Каумбаев Суннатулла
	14	Қорғаныс түрлері	Каумбаев Суннатулла
Желтоқсан		Қорғаушының қозғалыстағы ерекше сәттері	Каумбаев Суннатулла
	15	Допты меңгеру техникасы	Каумбаев Суннатулла

	16	Әр түрлі мақсаттағы допты меңгеру техникасы	Каумбаев Суннатулла
	17	Допты алу тәсілі	Каумбаев Суннатулла
		<i>Айла мен тәсілдердің үйлесуі</i>	Каумбаев Суннатулла
	18	Ырғуға айла – ырғу	Каумбаев Суннатулла
Қаңтар	19	Жүру – беру	Каумбаев Суннатулла
	20	Қарсыласқа айла жасап- шабуылдау	Каумбаев Суннатулла
	21	Волейбол ойынындағы қорғаушылар мен шабуылдаушы ойыншыларды дайындау әдістері	Каумбаев Суннатулла
	22	Өту үшін қос айла жасап- өту	Каумбаев Суннатулла
	23	Жүргізу-бұрылу-тебу	Каумбаев Суннатулла
Ақпан	24	Соккыға ыңғайлану және бұрылу-соккы тебу	Каумбаев Суннатулла
	25	Қарсыласқа айла табу және алдау тәсілдері	Каумбаев Суннатулла
		<i>Стратегия және тактика</i>	Каумбаев Суннатулла
	26	Стратегия	Каумбаев Суннатулла
	27	Тактика	Каумбаев Суннатулла
Наурыз	28	<i>Негізгі ұғымдардың анықталуы</i>	Каумбаев Суннатулла
	29	Тактиканың жіктелуі	Каумбаев Суннатулла
	30	Ойыншылардың міндетті қызметі	Каумбаев Суннатулла
	31	Шабуылдау тактикасы	Каумбаев Суннатулла
Сәуір	32	Жеке іс-әрекеттер	Каумбаев Суннатулла
	33	Ойыншының доппен әрекеттері	Каумбаев Суннатулла
		<i>Топтық әрекет</i>	Каумбаев Суннатулла
	34	Екі ойыншының өзара әрекеті	Каумбаев Суннатулла
	35	Тосқауыл	Каумбаев Суннатулла
	36	Экран	Каумбаев Суннатулла

Мамыр	37	Бағыттау	Каумбаев Суннатулла
	38	Үшбұрыш	Каумбаев Суннатулла

Маусым	39	Үштік	Каумбаев Суннатулла
	40	Кіші сегіздік	Каумбаев Суннатулла
	41	Айқастырыла шығу	Каумбаев Суннатулла
	42	Екеуге қарай бағыттау	Каумбаев Суннатулла
	43	Командалық әрекеттер	Каумбаев Суннатулла
		Ұшқыр шабуылдар	Каумбаев Суннатулла
	44	Аймаққа дәлдеп және бір қолмен қабылдау	Каумбаев Суннатулла
	45	Қарымта шабуылдар	Каумбаев Суннатулла

V. «Волейбол» үйірмесінің мүшелері:

№	Оқушының аты - жөні	Тобы
1	Артыкбаев Улұбек	ДТС-0922-2
2	Амиров Ильяс	ДТС-1124
3	Қайратбек Абдулла	ЕТБ-0923-3
4	Оспан Ален	ЕТБ-0923-2
5	Садан Кенжехан	ДТС-0924-2
6	Жолқожа Әбдіжалел	ДТС-0925-1
7	Хайруллаев Жасурбек	ЕТБ-0924-2
8	Ахатов Азадбек	ЗҚТ-0925